

沖縄県が日本一の長寿県でなくなった要因と現状の解決に向けて取り組むべき事

The reason why Okinawa is no longer the longest-lived prefecture in Japan and what to do to resolve the current situation

○塩川 将史¹、高石 雅樹¹、浅野 哲¹

○Masafumi Shiokawa¹, Masaki Takaishi¹, Satoshi Asano¹

1. 国際医福大薬

1. Pharm. Sci., IUHW.

【目的】沖縄県は、昭和55年～60年にかけて男性と女性は共に平均寿命が全国1位の日本一の長寿県であった。しかしながら、平成27年度現在で男性は36位、女性は7位と、長寿とは言い難い状況にある。

そこで本研究では、沖縄県の平均寿命の順位が低下した要因を探索し、対策を検討した。

【方法】厚生労働省や沖縄県による報告・統計情報、文献などを基に、長寿でなくなった要因や現在の沖縄の生活状況などを探索した。

【結果・考察】平成27年の沖縄県の死因別死亡率において、肝疾患、糖尿病、自殺がいずれも全国トップクラスで、肝疾患においては全国1位である。また、メタボリックシンドローム該当者数も全国1位である。そして、アルコールの摂取頻度は全国より低い、一度の飲酒で摂取するアルコールの量が全国平均に比べかなり多い。また、戦後アメリカ合衆国の統治下にあったため食の欧米化がいち早く進行しハンバーガー店舗数やハンバーガー外食費が全国1位となり、宴会の締めにはステーキを食べる習慣があるなど、ハンバーガーやステーキの摂取頻度が高く、バランスの良い沖縄の伝統的な食事を食べる機会が減少している。これらが、肝疾患死亡率やメタボリックシンドローム該当者数増加の要因の1つであると考えられる。一方で、メタボリックシンドロームなどの生活習慣病に対する特定健康診査受診率は全国24位であるものの、特定保健指導実施率は全国1位である。したがって、沖縄県の生活習慣病に対する取り組みは全国で上位であるものの、改善していないと思われる。琉球大学の「ゆい健康プロジェクト」において、肥満の人に食事調査や健康に関する情報提供を実施しており、これにより肥満の参加者の体重が減少している。沖縄県では自殺率の増加が問題となっており、20代から30代における死因の1位で、中学生及び高校生の自殺率は全国平均よりも高い。また、沖縄県の自殺者は50代が最も多い。自殺の理由は、健康問題が1位で、経済・生活問題や家庭問題が続く。沖縄県は人口1千人あたりの出生数が12.02人と全国1位。一方で2人以上の世帯の生命保険現在高（1037千円）は全国最下位、完全失業率は11.875%で全国1位であり、これら経済的な問題が自殺の要因と考えられる。

したがって、肥満の人などへの生活習慣の改善による健康増進と失業対策による自殺者を減らす取り組みが、沖縄県の平均寿命延伸に必要であると考えられた。